

# A PREGARE SI IMPARA PREGANDO

## 1 SETTIMANA: l'Intercessione

### TROVA IL TEMPO:

Ogni giorno della settimana trova almeno 10 minuti (dei 1440 di ogni giorno!) per incontrarti con la Santissima Trinità.

### CREA IL TUO ANGOLO DELLA BELLEZZA:

Scegli un luogo per vivere ogni giorno la tua preghiera e rendilo bello, fissa lo sguardo unicamente su Dio.

### INIZIA A PREGARE:

1. Accendi una candela davanti all'Icona o al Crocifisso
2. Inizia ripetendo più volte quest'invocazione:  
*Padre, nel nome di Gesù, donami il tuo Spirito*
3. Fa il segno della croce (lentamente)



## 1 SETTIMANA

inizia come al solito...

LEGGI lentamente e MEMORIZZA la parte evidenziata:

· Se due di voi sopra la terra si accorderanno per domandare qualunque cosa, il Padre mio che è nei cieli ve la concederà.



# A PREGARE SI IMPARA PREGANDO

Perché dove sono due o tre riuniti nel mio nome, io sono in mezzo a loro (Mt 18,19)

**MEDITA, LASCIANDO DEGLI SPAZI DI SILENZIO, SE VUOI SOTTOLINEA QUALCHE FRASE**

- Se tu preghi per te, solamente tu pregherai per te, e se ciascuno prega soltanto per sé, la grazia che ottiene chi prega sarà minore rispetto a quella di chi intercede per gli altri. Ora poiché i singoli pregano per tutti, avviene anche che tutti pregano per i singoli. Quindi per concludere, se tu preghi soltanto per te, sei solo a pregare per te. Se invece tu preghi per tutti, tutti pregheranno per te, essendo tu compreso tra quei tutti (Ambrogio).
- Tu mi sei presente ed io ti sono presente nella preghiera. Se dico presente, non devi essere sorpreso perché, se mi ami, e se mi ami perché sono l'immagine di Dio, io sono presente a te come tu lo sei a te stesso. Ciò che sostanzialmente tu sei, lo sono anch'io. Se dunque tu ti vedi, mi vedi. Vedi me che non sono altro che te, e se sei l'immagine di Dio, ami me come immagine di Dio e a mia volta io, amando Dio, amo te. Così, cercando sempre una medesima cosa, tendendo sempre verso una medesima cosa, siamo sempre presenti l'uno all'altro in Dio nel quale noi ci amiamo (S. Bernardo).



# A PREGARE SI IMPARA PREGANDO

## PREGA

- Riannoda l'amicizia spirituale con alcuni santi che ti sono familiari (il tuo santo patrono, un santo a cui sei devoto); pregali così:

San N. prega per me...intercedi per me

Per la domenica prepara sull'altare del tuo cuore i nomi di alcuni fratelli cristiani che sai non prendono abitualmente parte alla S. Messa e partecipa all'Eucaristia comunitaria con l'intenzione di stare in comunione con loro.